॥ अन्नपूर्णोपनिषत् ॥

सर्वापह्नवसंसिद्धब्रह्ममात्रतयोज्ज्वलम् ।
त्रैपदं श्रीरामतत्त्वं स्वमात्रमिति भावये ॥
ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः ॥ भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ॥
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवाꣳसस्तनूभिः ॥ व्यशेम देवहितं यदायुः ॥
स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः ॥ स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥
स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥
हरिः ॐ निदाघो नाम योगीन्द्र ऋभुं ब्रह्मविदां वरम् ।
प्रणम्य दण्डवद्भूमावुत्थाय स पुनर्मुनिः ॥ १॥
आत्मतत्त्वमनुब्रूहीत्येवं पप्रच्छ सादरम् ।
कयोपासनया ब्रह्मन्नीदृशं प्राप्तवानसि ॥ २॥
तां मे ब्रूहि महाविद्यां मोक्षसाम्राज्यदायिनीम् ।
निदाघ त्वं कृतार्थोऽसि शृणु विद्यां सनातनीम् ॥ ३॥
यस्या विज्ञानमात्रेण जीवन्मुक्तो भविष्यसि ।
मूलशृङ्गाटमध्यस्था बिन्दुनादकलाश्रया ॥ ४॥
नित्यानन्दा निराधारा विख्याता विलसत्कचा ।
विष्टपेशी महालक्ष्मीः कामस्तारो नतिस्तथा ॥ ५॥
भगवत्यन्नपूर्णेति ममाभिलषितं ततः ।
अन्नं देहि ततः स्वाहा मन्त्रसारेति विश्रुता ॥ ६॥
सप्तविंशति वर्णात्मा योगिनीगणसेविता ॥ ७॥
ऐं ह्रीं सौं श्रीं क्लीमोन्नमो भगवत्यन्नपूर्णे
ममाभिलषितमन्नं देहि स्वाहा ।
इति पित्रोपदिष्टोऽस्मि तदादिनियमः स्थितः ।
कृतवान्स्वाश्रमाचारो मन्त्रानुष्ठानमन्वहम् ॥ ८॥
एवं गते बहुदिने प्रादुरासीन्ममाग्रतः ।
अन्नपूर्णा विशालाक्षी स्मयमानमुखाम्बुजा ॥ ९॥
तां दृष्ट्वा दण्डवद्भूमौ नत्वा प्राञ्जलिरास्थितः ।
अहो वत्स कृतार्थोऽसि वरं वरय मा चिरम् ॥ १०॥
एवमुक्तो विशालाक्ष्या मयोक्तं मुनिपुङ्गव ।
आत्मतत्त्वं मनसि मे प्रादुर्भवतु पार्वति ॥ ११॥
तथैवास्थिति मामुक्त्वा तत्रैवान्तरधीयत ।
तदा मे मतिरुत्पन्ना जगद्वैचित्र्यदर्शनात् ॥ १२॥

भ्रमः पञ्चविधो भाति तदेवेह समुच्यते ।
जीवेश्वरौ भिन्नरूपाविति प्राथमिको भ्रमः ॥ १२ ॥
आत्मनिष्ठं कर्तृगुणं वास्तवं वा द्वितीयकः ।
शरीरत्रयसंयुक्तजीवः सङ्गी तृतीयकः ॥ १३ ॥
जगत्कारणरूपस्य विकारित्वं चतुर्थकः ।
कारणाद्भिन्नजगतः सत्यत्वं पञ्चमो भ्रमः ।
पञ्चभ्रमनिवृत्तिश्च तदा स्फुरति चेतसि ॥ १५ ॥
बिम्बप्रतिबिम्बदर्शनेन भेदभ्रमो निवृत्तः ।
स्फटिकलोहितदर्शनेन पारमार्थिककर्तृत्वभ्रमो निवृत्तः ।
घटमठाकाशदर्शनेन सङ्गीतिभ्रमो निवृत्तः ।
रज्जुसर्पदर्शनेन कारणाद्भिन्नजगतः सत्यत्वभ्रमो निवृत्तः ।
कनकरुचकदर्शनेन विकारित्वभ्रमो निवृत्तः ।
तदाप्रभृति मच्चित्तं ब्रह्माकारमभूत्स्वयम् ।
निदाघ त्वमपीत्थं हि तत्त्वज्ञानमवाप्नुहि ॥ १६ ॥
निदाघः प्रणतो भूत्वा ऋभुं पप्रच्छ सादरम् ।
ब्रूहि मे श्रद्दधानाय ब्रह्मविद्यामनुत्तमाम् ॥ १७ ॥
तथेत्याह ऋभुः प्रीतस्तत्त्वज्ञां वदामि ते ।
महाकर्ता महाभोक्ता महात्यागी भवानघ ।
स्वस्वरूपानुसन्धानमेवं कृत्वा सुखी भव ॥ १८ ॥
नित्योदितं विमलमाद्यमनतरूपं
ब्रह्मास्मि नेतरकलाकलनं हि किंचित् ।
इत्येव भावय निरञ्जनतामुपेतो
निर्वाणमेहि सकलामलशान्तवृत्तिः ॥ १९ ॥
यदिदं दृश्यते किंचित्तत्तन्नास्तीति भावय ।
यथा गन्धर्वनगरं यथा वारि मरुस्थले ॥ २० ॥
यत्तु नो दृश्यते किंचिद्यन्नु किंचिदिव स्थितम् ।
मनःषष्ठेन्द्रियातीतं तन्मयो भव वै मुने ॥ २१ ॥
अविनाशि चिदाकाशं सर्वात्मकमखण्डितम् ।
नीरन्ध्रं भूरिवाशेषं तदस्मीति विभावय ॥ २२ ॥
यदा संक्षीयते चित्तमभावात्यन्तभावनात् ।
चित्सामान्यस्वरूपस्य सत्तासामान्यता तदा ॥ २३ ॥
नूनं चैत्यांशरहिता चिद्यदात्मनि लीयते ।
असद्रूपवदत्यच्छा सत्तासामान्यता तदा ॥ २४ ॥
दृष्टिरेषा हि परमा सदेहादेहयोः समा ।
मुक्तयोः संभवत्येव तुर्यातीतपदाभिधा ॥ २५ ॥
व्युत्थितस्य भवत्येषा समाधिस्थस्य चानघ ।

ज्ञस्य केवलमज्ञस्य न भवत्येव बोधजा ।
अनानन्दसमानन्दमुग्धमुग्धमुखद्युतिः ॥ २६ ॥
चिरकालपरिक्षीणमननादिपरिभ्रमः ।
पदमासाद्यते पुण्यं प्रज्ञयैवैकया तथा ॥ २७ ॥
इमं गुणसमाहारमनात्मत्वेन पश्यतः ।
अन्तःशीतलया यासौ समाधिरिति कथ्यते ॥ २८ ॥
अवासनं स्थिरं प्रोक्तं मनोध्यानं तदेव च ।
तदेव केवलीभानं शान्ततैव च तत्सदा ॥ २९ ॥
तनुवासनमत्युच्चैः पदायोद्यतमुच्यते ।
अवासगं मनोऽकर्तृपदं तस्मादवाप्यते ॥ ३० ॥
घनवासनमेतत्तु चेतःकर्तृत्वभावनम् ।
सर्वदुःखप्रदं तस्माद्वासनां तनुतां नयेत् ॥ ३१ ॥
चेतसा संपरित्यज्य सर्वभावात्मभावनाम् ।
सर्वमाकाशतामेति नित्यमन्तर्मुखस्थितेः ॥ ३२ ॥
यथा विपणगा लोका विहरन्तोऽप्यसत्समाः ।
असंबन्धात्तथा ज्ञस्य ग्रामोऽपि विपिनोपमः ॥ ३३ ॥
अन्तर्मुखतया नित्यं सुप्तो बुद्धो व्रजन्पठन् ।
पुरं जनपदं ग्राममरण्यमिव पश्यति ॥ ३४ ॥
अन्तःशीतलतायां तु लब्धायां शीतलं जगत् ।
अन्तस्तृष्णोपतप्तानां दावदाहमयं जगत् ॥ ३५ ॥
भवत्यखिलजन्तूनां यदन्तस्तद्बहिः स्थितम् ॥ ३६ ॥
यस्त्वात्मरतिरेवान्तः कुर्वन्कर्मेन्द्रियैः क्रियाः ।
न वशो हर्षशोकाभ्यां स समाहित उच्यते ॥ ३७ ॥
आत्मवत्सर्वभूतानि परद्रव्याणि लोष्ठवत् ।
स्वभावादेव न भयाद्यः पश्यति स पश्यति ॥ ३८ ॥
अद्यैव मृतिरायातु कल्पान्तनिचयेन वा ।
नासौ कलङ्कमाप्नोति हेम पङ्कगतं यथा ॥ ३९ ॥
कोऽहं कथमिदं किं वा कथं मरणजन्मनी ।
विचारयान्तरे वेत्थं महत्तत्फलमेष्यसि ॥ ४० ॥
विचारेण परिज्ञातस्वभावस्य सतस्तव ।
मनः स्वरूपमुत्सृज्य शममेष्यति विज्वरम् ॥ ४१ ॥
विज्वरत्वं गतं चेतस्तव संसारवृत्तिषु ।
न निमज्जति तद्ब्रह्मन्गोष्पदेष्विव वारणः ॥ ४२ ॥
कृपणं तु मनो ब्रह्मन्गोष्पदेऽपि निमज्जति ।
कार्ये गोष्पदतोयेऽपि विशीर्णो मशको यथा ॥ ४३ ॥
यावद्यावन्मुनिश्रेष्ठ स्वयं संतज्यतेऽखिलम् ।

तावत्तावत्परालोकः परमात्मैव शिष्यते ॥ ४४॥
यावत्सर्वं न संत्यक्तं तावदात्मा न लभ्यते ।
सर्ववस्तुपरित्यागे शेष आत्मेति कथ्यते ॥ ४५॥
आत्मावलोकनार्थं तु तस्मात्सर्वं परित्यजेत् ।
सर्वं संत्यज्य दूरेण यच्छिष्टं तन्मयो भव ॥ ४६॥
सर्वं किंचिदिदं दृश्यं दृश्यते यज्जगद्गतम् ।
चिन्निष्पन्दांशमात्रं तन्नान्यत्किंचन शाश्वतम् ॥ ४७॥
समाहिता नित्यतृप्ता यथाभूतार्थदर्शिनी ।
ब्रह्मन्समाधिशब्देन परा प्रज्ञोच्यते बुधैः ॥ ४८॥
अक्षुब्धा निरहंकारा द्वन्द्वेष्वननुपातिनी ।
प्रोक्ता समाधिशब्देन मेरोः स्थिरतरा स्थितिः ॥ ४९॥
निश्चिता विगताभीष्टा हेयोपदेयवर्जिता ।
ब्रह्मन्समाधिशब्देन परिपूर्णा मनोगतिः ॥ ५०॥
केवलं चित्प्रकाशांशकल्पिता स्थिरतां गता ।
तुर्या सा प्राप्यते दृष्टिर्महद्भिर्वेदवित्तमैः ॥ ५१॥
अदूरगतसादृश्या सुषुप्तस्योपलक्ष्यते ।
मनोहंकारविलये सर्वभावान्तरस्थिता ॥ ५२॥
समुदेति परानन्दा या तनुः पारमेश्वरी ।
मनसैव मनश्छित्त्वा सा स्वयं लभ्यते गतिः ॥ ५३॥
तदनु विषयवासनाविनाश-
स्तदनु शुभः परमः स्फुटप्रकाशः ।
तदनु च समतावशात्स्वरूपे
परिणमनं महतामचिन्त्यरूपम् ॥ ५४॥
अखिलमिदमनन्तमनन्तमात्मतत्त्वं
दृढपरिणामिनि चेतसि स्थितोऽन्तः ।
बहिरुपशमिते चराचरात्मा
स्वयमनुभूयत एव देवदेवः ॥ ५५॥
असक्तं निर्मलं चित्तं युक्तं संसार्यविस्फुटम् ।
सक्तं तु दीर्घतपसा मुक्तमप्यतिबद्धवत् ॥ ५६॥
अन्तःसंसक्तिनिर्मुक्तो जीवो मधुरवृत्तिमान् ।
बहिः कुर्वन्नकुर्वन्वा कर्ता भोक्ता न हि क्वचित् ॥ ५७॥
इति प्रथमोऽध्यायः ॥ १॥
निदाघ उवाच ॥
सङ्गः कीदृश इत्युक्तः कश्च बन्धाय देहिनाम् ।
कश्च मोक्षाय कथितः कथं त्वेष चिकित्स्यते ॥ १॥
देहदेहिविभागैकपरित्यागेन भावना ।

देहमात्रे हि विश्वासः सङ्गो बन्धाय कथ्यते ॥ २॥
सर्वमात्मेदमत्राहं किं वाञ्छामि त्यजामि किम् ।
इत्यसङ्गस्थितिं विद्धि जीवन्मुक्ततनुस्थिताम् ॥ ३॥
नाहमस्मि न चान्योस्ति न चायं न च नेतरः ।
सोऽसङ्ग इति संप्रोक्तो ब्रह्मास्मीत्येव सर्वदा ॥ ४॥
नाभिनन्दति नैष्कर्म्यं न कर्मस्वनुषज्जते ।
सुसमो यः परित्यागी सोऽसंसक्त इति स्मृतः ॥ ५॥
सर्वकर्मफलादीनां मनसैव न कर्मणा ।
निपुणो यः परित्यागी सोऽसंसक्त इति स्मृतः ॥ ६॥
असंकल्पेन सकलाश्चेष्टा नाना विजृंभिताः ।
चिकित्सिता भवन्तीह श्रेयः संपादयन्ति हि ॥ ७॥
न सक्तमिह चेष्टासु न चिन्तासु न वस्तुषु ।
न गमागमचेष्टासु न कालकलनासु च ॥ ८॥
केवलं चिति विश्रम्य किंचिच्चैत्यावलंब्यपि ।
सर्वत्र नीरसमिह तिष्ठत्यात्मरसं मनः ॥ ९॥
व्यवहारमिदं सर्वं मा करोतु करोतु वा ।
अकुर्वन्वापि कुर्वन्वा जीवः स्वात्मरतिक्रियः ॥ १०॥
अथवा तमपि त्यक्त्वा चैत्यांशं शान्तचिद्घनः ।
जीवस्तिष्ठति संशान्तो ज्वलन्मणिरिवात्मनि ॥ ११॥
चित्ते चैत्यदशाहीने या स्थितिः क्षीणचेतसाम् ।
सोच्यते शान्तकलना जाग्रत्येव सुषुप्तता ॥ १२॥
एषा निदाघ सौषुप्तस्थितिरभ्यासयोगतः ।
प्रौढा सती तुरीयेति कथिता तत्त्वकोविदैः ॥ १३॥
अस्यां तुरीयावस्थायां स्थितिं प्राप्याविनाशिनीम् ।
आनन्दैकान्तशीलत्वादनानन्दपदं गतः ॥ १४॥
अनानन्दमहानन्दकालातीतस्ततोऽपि हि ।
मुक्त इत्युच्यते योगी तुर्यातीतपदं गतः ॥ १५॥
परिगलितसमस्तजन्मपाशः
 सकलविलीनतमोमयाभिमानः ।
परमरसमयीं परात्मसत्तां
 जलगतसैन्धवखण्डवन्महात्मा ॥ १६॥
जडाजडदृशोर्मध्ये यत्तत्त्वं पारमार्थिकम् ।
अनुभूतिमयं तस्मात्सारं ब्रह्मेति कथ्यते ॥ १७॥
दृश्यसंवलितो बन्धस्तन्मुक्तौ मुक्तिरुच्यते ।
द्रव्यदर्शनसंबन्धे यानुभूतिरनामया ॥ १८॥
तामवष्टभ्य तिष्ठ त्वं सौषुप्तीं भजते स्थितिम् ।

सैव तुर्यत्वमाप्नोति तस्यां दृष्टिं स्थिरां कुरु ॥ १९ ॥
आत्मा स्थूलो न चैवाणुर्न प्रत्यक्षो न चेतरः ।
न चेतनो न च जडो न चैवासन्न सन्मयः ॥ २० ॥
नाहं नान्यो न चैवैको न चानेकोऽद्वयोऽव्ययः ।
यदीदं दृश्यतां प्राप्तं मनः सर्वेन्द्रियास्पदम् ॥ २१ ॥
दृश्यदर्शनसंबन्धे यत्सुखं पारमार्थिकम् ।
तदतीतं पदं यस्मात्तन्न किंचिदिवैव तत् ॥ २२ ॥
न मोक्षो नभसः पृष्ठे न पाताले न भूतले ।
सर्वाशासंक्षये चेतःक्षयो मोक्ष इतीष्यते ॥ २३ ॥
मोक्षो मेऽस्त्विति चिन्तान्तर्जाता चेदुत्थितं मनः ।
मननोत्थे मनस्यैष बन्धः सांसारिको दृढः ॥ २४ ॥
आत्मन्यतीते सर्वस्मात्सर्वरूपेऽथ वा तते ।
को बन्धः कश्च वा मोक्षो निर्मूलं मननं कुरु ॥ २५ ॥
अध्यात्मरतिराशान्तः पूर्णपावनमानसः ।
प्राप्तानुत्तमविश्रान्तिर्न किंचिदिह वाञ्छति ॥ २६ ॥
सर्वाधिष्ठानसन्मात्रे निर्विकल्पे चिदात्मनि ।
यो जीवति गतस्नेहः स जीवन्मुक्त उच्यते ॥ २७ ॥
नापेक्षते भविष्यच्च वर्तमाने न तिष्ठति ।
न संस्मरत्यतीतं च सर्वमेव करोति च ॥ २८ ॥
अनुबन्धपरे जन्तावसंसर्गमनाः सदा ।
भक्ते भक्तसमाचरः शठे शठ इव स्थितः ॥ २९ ॥
बालो बालेषु वृद्धेषु वृद्धो धीरेषु धैर्यवान् ।
युवा यौवनवृत्तेषु दुःखितेषु सुदुःखधीः ॥ ३० ॥
धीरधीरुदितानन्दः पेशलः पुण्यकीर्तनः ।
प्राज्ञः प्रसन्नमधुरो दैन्यादपगताशयः ॥ ३१ ॥
अभ्यासेन परिस्पन्दे प्राणानां क्षयमागते ।
मनः प्रशममायाति निर्वाणमवशिष्यते ॥ ३२ ॥
यतो वाचो निवर्तन्ते विकल्पकलनान्विताः ।
विकल्पसंक्षयाज्जन्तोः पदं तदवशिष्यते ॥ ३३ ॥
अनाद्यन्तावभासात्मा परमात्मैव विद्यते ।
इत्येतन्निश्चयं स्फारं सम्यग्ज्ञानं विदुर्बुधाः ॥ ३४ ॥
यथाभूतार्थदर्शित्वमेतावद्भुवनत्रये ।
यदात्मैव जगत्सर्वमिति निश्चित्य पूर्णता ॥ ३५ ॥
सर्वमात्मैव कौ दृष्टौ भावाभावौ क्व वा स्थितौ ।
क्व बन्धमोक्षकलने ब्रह्मैवेदं विजृम्भते ॥ ३६ ॥
सर्वमेकं परं व्योम को मोक्षः कस्य बन्धता ।

ब्रह्मेदं बृंहिताकारं बृहद्बृहदवस्थितम् ॥ ३७॥
दूरादस्तमितद्वित्वं भवात्मैव त्वमात्मना ।
सम्यगालोकिते रूपे काष्ठपाषाणवाससाम् ॥ ३८॥
मनागपि न भेदोऽस्ति क्वासि संकल्पनोन्मुखः ।
आदावन्ते च संशान्तस्वरूपमविनाशि यत् ॥ ३९॥
वस्तूनामात्मनश्चैतत्तन्मयो भव सर्वदा ।
द्वैताद्वैतसमुद्भेदैर्जरामरणविभ्रमैः ॥ ४०॥
स्फुरत्यात्मभिरात्मैव चित्तैरब्धीव वीचिभिः ।
आपत्करञ्जपरशुं पराया निर्वृतेः पदम् ॥ ४१॥
शुद्धमात्मानमालिङ्ग्य नित्यमन्तस्थया धिया ।
यः स्थितस्तं क आत्मेह भोगो बाधयितुं क्षमः ॥ ४२॥
कृतस्फारविचारस्य मनोभोगादयोऽरयः ।
मनागपि न भिन्दन्ति शैलं मन्दानिला इव ॥ ४३॥
नानात्वमस्ति कलनासु न वस्तुतोऽन्त-
    र्नानाविधासु सरसीव जलादिवान्यत् ।
इत्येकनिश्चयमयः पुरुषो विमुक्त
    इत्युच्यते समवलोकितसम्यगर्थः ॥ ४४॥
इति द्वितीयोऽध्यायः ॥ २॥
विदेहमुक्तेः किं रूपं तद्वान्को वा महामुनिः ।
कं योगं समुपस्थाय प्राप्तवान्परमं पदम् ॥ १॥
सुमेरोर्वसुधापीठे माण्डव्यो नाम वै मुनिः ।
कौण्डिन्यात्तत्त्वमास्थाय जीवन्मुक्तो भवत्यसौ ॥ २॥
जीवन्मुक्तिदशां प्राप्य कदाचिद्ब्रह्मवित्तमः ।
सर्वेन्द्रियाणि संहर्तुं मनश्चक्रे महामुनिः ॥ ३॥
बद्धपद्मासनस्तिष्ठन्नर्धोन्मीलितलोचनः ।
बाह्यानाभ्यान्तरांश्चैव स्पर्शान्परिहरञ्छनैः ॥ ४॥
ततः स्वमनसः स्थैर्यं मनसा विगतैनसा ।
अहो नु चञ्चलमिदं प्रत्याहृतमपि स्फुटम् ॥ ५॥
पटाद्घटमुपायाति घटाच्छकटमुत्कटम् ।
चित्तमर्थेषु चरति पादपेष्विव मर्कटः ॥ ६॥
पञ्च द्वाराणि मनसा चक्षुरादीन्यमून्यलम् ।
बुद्धीन्द्रियाभिधानानि तान्येवालोकयाम्यहम् ॥ ७॥
हन्तेन्द्रियगणा यूयं त्यजताकुलतां शनैः ।
चिदात्मा भगवान्सर्वसाक्षित्वेन स्थितोऽस्म्यहम् ॥ ८॥
तेनात्मना बहुज्ञेन निर्ज्ञाताश्चक्षुरादयः ।
परिनिर्वामि शान्तोऽस्मि दिष्ट्यास्मि विगतज्वरः ॥ ९॥

स्वात्मन्येवावतिष्ठेऽहं तुर्यरूपपदेऽनिशम् ।
अन्तरेव शशामास्य क्रमेण प्राणसन्ततिः ॥ १० ॥
ज्वालाजालपरिस्पन्दो दग्धेन्धन इवानलः ।
तदितोऽस्तं गत इव ह्यस्तं गत इवोदितः ॥ ११ ॥
समः समरसाभासस्तिष्ठामि स्वच्छतां गतः ।
प्रबुद्धोऽपि सुषुप्तिस्थः सुषुप्तिस्थः प्रबुद्धवान् ॥ १२ ॥
तुर्यमालम्ब्य कायान्तस्तिष्ठामि स्तम्भितस्थितिः ।
सबाह्याभ्यन्तरान्भावान्स्थूलान्सूक्ष्मतरानपि ॥ १३ ॥
त्रैलोक्यसंभवांस्त्यक्त्वा संकल्पैकविनिर्मितान् ।
सह प्रणवपर्यन्तदीर्घनिःस्वनतन्तुना ॥ १४ ॥
जहाविन्द्रियतन्मात्रजालं खग इवानलः ।
ततोऽङ्गसंविदं स्वच्छां प्रतिभासमुपागताम् ॥ १५ ॥
सद्योजातशिशुज्ञानं प्राप्तवान्मुनिपुङ्गवः ।
जहौ चित्तं चैत्यदशां स्पन्दशक्तिमिवानिलः ॥ १६ ॥
चित्सामान्यमथासाद्य सत्तामात्रात्मकं ततः ।
सुषुप्तपदमालम्ब्य तस्थौ गिरिरिवाचलः ॥ १७ ॥
सुषुप्तस्थैर्यमासाद्य तुर्यरूपमुपाययौ ।
निरानन्दोऽपि सानन्दः सच्चासच्च बभूव सः ॥ १८ ॥
ततस्तु संबभूवासौ यद्गिरामप्यगोचरः ।
यच्छून्यवादिनां शून्यं ब्रह्म ब्रह्मविदां च यत् ॥ १९ ॥
विज्ञानमात्रं विज्ञानविदां यदमलात्मकम् ।
पुरुषः सांख्यदृष्टीनामीश्वरो योगवादिनाम् ॥ २० ॥
शिवः शैवागमस्थानां कालः कालैकवादिनाम् ।
यत्सर्वशास्त्रसिद्धान्तं यत्सर्वहृदयानुगम् ॥ २१ ॥
यत्सर्वं सर्वगं वस्तु यत्तत्त्वं तदसौ स्थितः ।
यदनुक्तमनिष्पन्दं दीपकं तेजसामपि ॥ २२ ॥
स्वानुभूत्यैकमानं च यत्तत्त्वं तदसौ स्थितः ।
यदेकं चाप्यनेकं च साञ्जनं च निरञ्जनम् ।
यत्सर्वं चाप्यसर्वं च यत्तत्त्वं तदसु स्थितः ॥ २३ ॥
अजममरमनाद्यमाद्यमेकं
पदममलं सकलं च निष्कलं च ।
स्थित इति स तदा नभःस्वरूपा-
दपिविमलस्थितिरीश्वरः क्षणेन ॥ २४ ॥
इति तृतीयोऽध्यायः ॥ ३ ॥
जीवन्मुक्तस्य किं लक्ष्म ह्याकाशगमनादिकम् ।
तथा चेन्मुनिशार्दूल तत्र नैव प्रलक्ष्यते ॥ १ ॥

अनात्मविदमुक्तोऽपि नभोविहरणादिकम् ।
द्रव्यमन्त्रक्रियाकालशक्त्याप्नोत्येव स द्विजः ॥२॥
नात्मज्ञस्यैष विषय आत्मज्ञो ह्यात्ममात्रदृक् ।
आत्मनात्मनि संतृप्तो नाविद्यामनुधावति ॥ ३ ॥
ये ये भावाः स्थिता लोके तानविद्यामयान्विदुः ।
त्यक्ताविद्यो महायोगी कथं तेषु निमज्जति ॥ ४ ॥
यस्तु मूढोऽल्पबुद्धिर्वा सिद्धिजालानि वाञ्छति ।
सिद्धिसाधनैर्योगैस्तानि साधयति क्रमात् ॥ ५ ॥
द्रव्यमन्त्रक्रियाकालयुक्तयः साधुसिद्धिदाः ।
परमात्मपदप्राप्तौ नोपकुर्वन्ति काश्चन ॥ ६ ॥
यस्येच्छा विद्यते काचित्सा सिद्धिं साधयत्यहो ।
निरिच्छोः परिपूर्णस्य नेच्छा संभवति क्वचित् ॥ ७ ॥
सर्वेच्छाजालसंशान्तावात्मलाभो भवेन्मुने ।
स कथं सिद्धिजालानि नूनं वाञ्छन्त्यचित्तकः ॥ ८ ॥
अपि शीतरुचावर्के सुतीक्ष्णेऽपीन्दुमण्डले ।
अप्यधः प्रसरत्यग्नौ जीवन्मुक्तो न विस्मयी ॥ ९ ॥
अधिष्ठाने परे तत्त्वे कल्पिता रज्जुसर्पवत् ।
कल्पिताश्चर्यजालेषु नाभ्युदेति कुतूहलम् ॥ १० ॥
ये हि विज्ञातविज्ञेया वीतरागा महाधियः ।
विच्छिन्नग्रन्थयः सर्वे ते स्वतन्त्रास्तनौ स्थितः ॥ ११
सुखदुःखदशाधीरं साम्यान्न प्रोद्धरन्ति यम् ।
निश्वासा इव शैलेन्द्रं चित्तं तस्य मृतं विदुः ॥ १२ ॥
आपत्कार्पण्यमुत्साहो मदो मान्द्यं महोत्सवः ।
यं नयन्ति न वैरूप्यं तस्य नष्टं मनो विदुः ॥ १३ ॥
द्विविधचित्तनाशोऽस्ति सरूपोऽरूप एव च ।
जीवन्मुक्तौ सरूपः स्यादरूपो देहमुक्तिगः ॥ १४ ॥
चित्तसत्तेह दुःखाय चित्तनाशः सुखाय च ।
चित्तसत्तं क्षयं नीत्वा चित्तं नाशमुपानयेत् ॥ १५ ॥
मनस्तां मूढतां विद्धि यदा नश्यति सानघ ।
चित्तनाशाभिधानं हि तत्स्वरूपमितीरितम् ॥ १६ ॥
मैत्र्यादिभिर्गुणैर्युक्तं भवत्युत्तमवासनम् ।
भूयो जन्मविनिर्मुक्तं जीवन्मुक्तस्य तन्मनः ॥ १७ ॥
सरूपोऽसौ मनोनाशो जीवन्मुक्तस्य विद्यते ।
निदाघाऽरूपनाशस्तु वर्तते देहमुक्तिके ॥ १८ ॥
विदेहमुक्त एवासौ विद्यते निष्कलात्मकः ।
समग्राग्र्यगुणाधारमपि सत्त्वं प्रलीयते ॥ १९ ॥

विदेहमुक्तौ विमले पदे परमपावने ।
विदेहमुक्तिविषये तस्मिन्सत्त्वक्षयात्मके ॥ २०॥
चित्तनाशे विरूपाख्ये न किंचिदिह विद्यते ।
न गुणा नागुणास्तत्र न श्रीर्नाश्रीर्न लोकता ॥ २१॥
न चोदयो नास्तमयो न हर्षामर्षसंविदः ।
न तेजो न तमः किंचिन्न सन्ध्यादिनरात्रयः ।
न सत्तापि न चासत्ता न च मध्यं हि तत्पदम् ॥ २२॥
ये हि पारं गता बुद्धेः संसाराडम्बरस्य च ।
तेषां तदास्पदं स्फारं पवनानामिवाम्बरम् ॥ २३॥
संशान्तदुःखमजडात्मकमेकसुप्त-
मानन्दमन्थरमपेतरजस्तमो यत् ।
आकाशकोशतनवोऽतनवो महान्त-
स्तस्मिन्पदे गलितचित्तलवा भवन्ति ॥ २४॥
हे निदाघ महाप्राज्ञ निर्वासनमना भव ।
बलाच्चेतः समाधाय निर्विकल्पमना भव ॥ २५॥
यज्जगद्भासकं भानं नित्यं भाति स्वतः स्फुरत् ।
स एव जगतः साक्षी सर्वात्मा विमलाकृतिः ॥ २६॥
प्रतिष्ठा सर्वभूतानां प्रज्ञानघनलक्षणः ।
तद्विद्याविषयं ब्रह्म सत्यज्ञानसुखाद्वनम् ॥ २७॥
एकं ब्रह्माहमस्मीति कृतकृत्यो भवेन्मुनिः ॥ २८॥
सर्वाधिष्ठानमद्वन्द्वं परं ब्रह्म सनातनम् ।
सच्चिदानन्दरूपं तदवाङ्मनसगोचरम् ॥ २९॥
न तत्र चन्द्रार्कवपुः प्रकाशते
न वान्ति वातः सकलाश्च देवताः ।
स एव देवः कृतभावभूतः
स्वयं विशुद्धो विरजः प्रकाशते ॥ ३०॥
भिद्यते हृदयग्रन्थिश्छिद्यन्ते सर्वसंशयाः ।
क्षीयन्ते चास्य कर्माणि तस्मिन्दृष्टे परावरे ॥ ३१॥
द्वौ सुपर्णौ शरीरेऽस्मिञ्जीवेशाख्यौ सह स्थितौ ।
तयोर्जीवः फलं भुङ्क्ते कर्मणो न महेश्वरः ॥ ३२॥
केवलं साक्षिरूपेण विना भोगो महेश्वरः ।
प्रकाशते स्वयं भेदः कल्पितो मायया तयोः ।
चिच्चिदाकारतो भिन्ना न भिन्ना चित्त्वहानितः ॥ ३३॥
तर्कतश्च प्रमाणाच्च चिदेकत्वव्यवस्थितेः ।
चिदेकत्वपरिज्ञाने न शोचति न मुह्यति ॥ ३४॥
अधिष्ठानं समस्तस्य जगतः सत्यचिद्घनम् ।

अहमस्मीति निश्चित्य वीतशोको भवेन्मुनिः ॥ ३५॥
स्वशरीरे स्वयंज्योतिस्वरूपं सर्वसाक्षिणम् ।
क्षीणदोषाः प्रपश्यन्ति नेतरे माययावृताः ॥ ३६॥
तमेव धीरो विज्ञाय प्रज्ञां कुर्वीत ब्राह्मणः ।
नानुध्यायाद्बहूञ्छब्दान्वाचो विग्लापनं हि तत् ॥ ३७॥
बालेनैव हि तिष्ठासेन्निर्विद्य ब्रह्मवेदनम् ।
ब्रह्मविद्यां च बाल्यं च निर्विद्य मुनिरात्मवान् ॥ ३८॥
अन्तर्लीनसमारम्भः शुभाशुभमहाङ्कुरम् ।
संसृतिव्रततेर्बीजं शरीरं विद्धि भौतिकम् ॥ ३९॥
भावाभावदशाकोशं दुःखरत्नसमुद्गकम् ।
बीजमस्य शरीरस्य चित्तमाशावशानुगम् ॥ ४०॥
द्वे बीजे चित्तवृक्षस्य वृत्तिव्रततिधारिणः ।
एकं प्राणपरिस्पन्दो द्वितीयो दृढभावना ॥ ४१॥
यदा प्रस्पन्दन्ते प्राणो नाडीसंस्पर्शनोद्यतः ।
तदा संवेदनमयं चित्तमाशु प्रजायते ॥ ४२॥
सा हि सर्वगता संवित्प्राणस्पन्देन बोध्यते ।
संवित्संरोधनं श्रेयः प्राणादिस्पन्दनं वरम् ॥ ४३॥
योगिनश्चित्तशान्त्यर्थं कुर्वन्ति प्राणरोधनम् ।
प्राणायामैस्तथा ध्यानैः प्रयोगैर्युक्तिकल्पितैः ॥ ४४॥
चित्तोपशान्तिफलदं परमं विद्धि कारणम् ।
सुखदं संविदः स्वास्थ्यं प्राणसंरोधनं विदुः ॥ ४५॥
दृढभावनया त्यक्तपूर्वापरविचारणम् ।
यदादानं पदार्थस्य वासना सा प्रकीर्तिता ॥ ४६॥
यदा न भाव्यते किंचिद्धेयोपादेयरूपि यत् ।
स्थीयते सकलं त्यक्त्वा तदा चित्तं न जायते ॥ ४७॥
अवासनत्वात्सततं यदा न मनुते मनः ।
अमनस्ता तदोदेति परमोपशमप्रदा ॥ ४८॥
यदा न भाव्यते भावः क्वचिज्जगति वस्तुनि ।
तदा हृदम्बरे शून्ये कथं चित्तं प्रजायते ॥ ४९॥
यदभावनमास्थाय यदभावस्य भावनम् ।
यद्यथा वस्तुदर्शित्वं तदचित्तत्वमुच्यते ॥ ५०॥
सर्वमन्तः परित्यज्य शीतलाशयवर्ति यत् ।
वृत्तिस्थमपि तच्चित्तमसद्रूपमुदाहृतम् ॥ ५१॥
भ्रष्टबीजोपमा येषां पुनर्जननवर्जिता ।
वासनारसनाहीना जीवन्मुक्ता हि ते स्मृताः ॥ ५२॥
सत्त्वरूपपरिप्राप्तचित्तास्ते ज्ञानपारगाः ।

अचित्ता इति कथ्यन्ते देहान्ते व्योमरूपिणः ॥ ५३॥
संवेद्यसंपरित्यागात्प्राणस्पन्दनवासने ।
समूलं नश्यतः क्षिप्रं मूलच्छेदादिव द्रुमः ॥ ५४॥
पूर्वदृष्टमदृष्टं वा यदस्याः प्रतिभासते ।
संविदस्तत्प्रयत्नेन मार्जनीयं विजानता ॥ ५५॥
तदमार्जनमात्रं हि महासंसारतां गतम् ।
तत्प्रमार्जनमात्रं तु मोक्ष इत्यभिधीयते ॥ ५६॥
अजडो गलितानन्दस्त्यक्तसंवेदनो भव ॥ ५७॥
संविद्वस्तुदशालम्बः सा यस्येह न विद्यते ।
सोऽसंविदजडः प्रोक्तः कुर्वन्कार्यशतान्यपि ॥ ५८॥
संवेद्येन हृदाकाशे मनागपि न लिप्यते ।
यस्यासावजडा संविज्जीवन्मुक्तः स कथ्यते ॥ ५९॥
यदा न भाव्यते किंचिन्निर्वासनतयात्मनि ।
बालमूकादिविज्ञानमिव च स्थीयते स्थिरम् ॥ ६०॥
तदा जाड्यविनिर्मुक्तमसंवेदनमाततम् ।
आश्रितं भवति प्राज्ञो यस्माद्भूयो न लिप्यते ॥ ६१॥
समस्ता वासनास्त्यक्त्वा निर्विकल्पसमाधितः ।
तन्मयत्वादनाद्यन्ते तदप्यन्तर्विलीयते ॥ ६२॥
तिष्ठन्गाच्छन्स्पृशञ्जिघ्रन्नपि तल्लेपवर्जितः ।
अजडो गलितानन्दस्त्यक्तसंवेदनः सुखी ॥ ६३॥
एतां दृष्टिमवष्टभ्य कष्टचेष्टायुतोऽपि सन् ।
तरेद्दुःखाम्बुधेः पारमपारगुणसागरः ॥ ६४॥
विशेषं संपरित्यज्य सन्मात्रं यदलेपकम् ।
एकरूपं महारूपं सत्तायास्तत्पदं विदुः ॥ ६५॥
कालसत्ता कलासत्ता वस्तुसत्तेयमित्यपि ।
विभागकलनां त्यक्त्वा सन्मात्रैकपरो भव ॥ ६६॥
सत्तासामान्यमेवैकं भावयन्केवलं विभुः ।
परिपूर्णः परानन्दि तिष्ठापूरितदिग्भरः ॥ ६७॥
सत्तासामान्यपर्यन्ते यत्तत्कलनयोज्झितम् ।
पदमाद्यमनाद्यन्तं तस्य बीजं न विद्यते ॥ ६८॥
तत्र संलीयते संविन्निर्विकल्पं च तिष्ठति ।
भूयो न वर्तते दुःखे तत्र लब्धपदः पुमान् ॥ ६९॥
तद्धेतुः सर्वभूतानां तस्य हेतुर्न विद्यते ।
स सारः सर्वसाराणां तस्मात्सारो न विद्यते ॥ ७०॥
तस्मिंश्चिद्दर्पणे स्फारे समस्ता वस्तुदृष्टयः ।
इमास्ताः प्रतिबिम्बन्ति सरसीव तटद्रुमाः ॥ ७१॥

तदमलमरजं तदात्मतत्त्वं
तदवगतावुपशान्तिमेति चेतः ।
अवगतविगतैकतत्स्वरूपो
भवभयमुक्तपदोऽसि सम्यगेव ॥ ७२॥
एतेषां दुःखबीजानां प्रोक्तं यद्यन्मयोत्तरम् ।
तस्य तस्य प्रयोगेण शीघ्रं तत्प्राप्यते पदम् ॥ ७३॥
सत्तासामान्यकोटिस्थे द्रागित्येव पदे यदि ।
पौरुषेण प्रयत्नेन बलात्संत्यज्य वासनाम् ॥ ७४॥
स्थितिं बध्नासि तत्त्वज्ञ क्षणमप्यक्षयात्मिकाम् ।
क्षणेऽस्मिन्नेव तत्साधु पदमासादयस्यलम् ॥७५॥
सत्तासामान्यरूपे वा करोषि स्थितिमादरात् ।
तत्किंचिदधिकेनेह यत्नेनाप्नोषि तत्पदम् ॥ ७६॥
संवित्तत्त्वे कृतध्यानो निदाघ यदि तिष्ठसि ।
तद्यत्नेनाधिकेनोच्चैरासादयसि तत्पदम् ॥ ७७॥
वासनासंपरित्यागे यदि यत्नं करोषि भोः ।
यावद्विलीनं न मनो न तावद्वासनाक्षयः ॥ ७८॥
न क्षीणा वासना यावच्चित्तं तावन्न शाम्यति ।
यावन्न तत्त्वविज्ञानं तावच्चित्तशमः कुतः ॥ ७९॥
यावन्न चित्तोपशमो न तावत्तत्त्ववेदनम् ।
यावन्न वासनानाशस्तावत्तत्त्वागमः कुतः ।
यावन्न तत्त्वसंप्राप्तिर्न तावद्वासनक्षयः ॥ ८०॥
तत्त्वज्ञानं मनोनाशो वासनाक्षय एव च ।
मिथः कारणतां गत्वा दुःसाधानि स्थितान्यतः ॥ ८१॥
भोगेच्छां दूरतस्त्यक्त्वा त्रयमेतत्समाचर ॥ ८२॥
वासनाक्षयविज्ञानमनोनाशा महामते ।
समकालं चिराभ्यस्ता भवन्ति फलदा मताः ॥ ८३॥
त्रिभिरेभिः समभ्यस्तैर्हृदयग्रन्थयो दृढाः ।
निःशेषमेव त्रुट्यन्ति बिसच्छेदाद्गुणा इव ॥ ८४॥
वासनासंपरित्यागसमं प्राणनिरोधनम् ।
विदुस्तत्त्वविदस्तस्मात्तदप्येवं समाहरेत् ॥ ८५॥
वासनासंपरित्यागाच्चित्तं गच्छत्यचित्तताम् ।
प्राणस्पन्दनिरोधाच्च यथेच्छसि तथा कुरु ॥ ८६॥
प्राणायामदृढाभ्यासैर्युक्त्या च गुरुदत्तया ।
आसनाशनयोगेन प्राणस्पन्दो निरुध्यते ॥ ८७॥
निःसङ्गव्यवहारत्वाद्भवभावनवर्जनात् ।
शरीरनाशदर्शित्वाद्वासना न प्रवर्तते ॥ ८८॥

यः प्राणपवनस्पन्दश्चित्तस्पन्दः स एव हि ।
प्राणस्पन्दजये यत्नः कर्तव्यो धीमतोच्चकैः ॥८९॥
न शक्यते मनो जेतुं विना युक्तिमनिन्दिताम् ।
शुद्धां संविदमाश्रित्यवीतरागः स्थिरो भव ॥९०॥
संवेद्यवर्जितमनुत्तममाद्यमेकं
संविदत्पदं विकलनं कलयन्महात्मन् ।
हृद्येव तिष्ठ कलनारहितः क्रियां तु
कुर्वन्नकर्तृपदमेत्य शमोदितश्रीः ॥९१॥
मनागपि विचारेण चेतसः स्वस्य निग्रहः ।
पुरुषेण कृतो येन तेनाप्तं जन्मनः फलम् ॥९२॥
इति चतुर्थोऽध्यायः ॥४॥
गच्छतस्तिष्ठतो वापि जाग्रतः स्वपतोऽपि वा ।
न विचारपरं चेतो यस्यासौ मृत उच्यते ॥१॥
सम्यग्ज्ञानसमालोकः पुमा ज्ञेयसमः स्वयम् ।
न बिभेति न चादत्ते वैवश्यं न च दीनताम् ॥२॥
अपवित्रमपथ्यं च विषसंसर्गदूषितम् ।
भुक्तं जरयति ज्ञानी क्लिन्नं नष्टं च मृष्टवत् ॥३॥
सञ्गत्यागं विदुर्मोक्षं सङ्गत्यागादजन्मता ।
सङ्गं त्यज त्वं भावानां जीवन्मुक्तो भवानघ ॥४॥
भावाभावे पदार्थानां हर्षामर्षविकारदा ।
मलिना वासना यैषा साऽसङ्ग इति कथ्यते ॥५॥
जीवन्मुक्तशरीराणामपुनर्जन्मकारिणी ।
मुक्ता हर्षविषादाभ्यां शुद्धा भवति वासना ॥६॥
दुःखैर्न ग्लानिमायासि हृदि हृष्यसि नो सुखैः ।
आशावैवश्यमुत्सृज्य निदाघाऽसङ्गतां व्रज ॥७॥
दिक्कालाद्यनवच्छिन्नमदृष्टोभयकोटिकम् ।
चिन्मात्रमक्षयं शान्तमेकं ब्रह्मास्मि नेतरत् ॥८॥
इति मत्वाहमित्यन्तर्मुक्तामुक्तवपुः पुमान् ।
एकरूपः प्रशान्तात्मा मौनी स्वात्मसुखो भव ॥९॥
नास्ति चित्तं न चाविद्या न मनो न च जीवकः ।
ब्रह्मैवैकमनाद्यन्तमब्धिवत्प्रविजृम्भते ॥१०॥
देहे यावदहंभावो दृश्येऽस्मिन्यावदात्मता ।
यावन्ममेदमित्यास्था तावच्चित्तादिविभ्रमः ॥११॥
अन्तर्मुखतया सर्वं चिद्वह्नौ त्रिजगत्तृणम् ।
जुह्वन्तोऽन्तर्निवर्तन्ते मुने चित्तादिविभ्रमाः ॥१२॥
चिदात्मास्मि निरंशोऽस्मि परापरविवर्जितः ।

रूपं स्मरन्निजं स्फारं मा स्मृत्या संमितो भव ॥ १३ ॥
अध्यात्मशास्त्रमन्त्रेण तृष्णाविषविषूचिका ।
क्षीयते भावितेनान्तः शरदा मिहिका यथा ॥ १४ ॥
परिज्ञाय परित्यागो वासानानं य उत्तमः ।
सत्तासामान्यरूपत्वात्तत्कैवल्यपदं विदुः ॥ १५ ॥
यन्नास्ति वासना लीना तत्सुषुप्तं न सिद्धये ।
निर्बीजा वासना यत्र तत्तुर्यं सिद्धिदं स्मृतम् ॥ १६ ॥
वासनायास्तथा वह्नेर्ऋणव्याधिद्विषामपि ।
स्नेहवैरविषाण च शेषः स्वल्पोऽपि बाधते ॥ १७ ॥
निर्दग्धवासनाबीजः सत्तासामान्यरूपवान् ।
सदेहो वा विदेहो वा न भूयो दुःखभाग्भवेत् ॥ १८ ॥
एतावदेवाविद्यात्वं नेदं ब्रह्मेति निश्चयः ।
एष एव क्षयस्तस्या ब्रह्मेदमिति निश्चयः ॥ १९ ॥
ब्रह्म चिद्ब्रह्म भुवनं ब्रह्म भूतपरम्परा ।
ब्रह्माहं ब्रह्म चिच्छत्रुर्ब्रह्म चिन्मित्रबान्धवाः ॥ २० ॥
ब्रह्मैव सर्वमित्येव भाविते ब्रह्म वै पुमान् ।
सर्वत्रावस्थितं शान्तं चिद्ब्रह्मेत्यनुभूयते ॥ २१ ॥
असंस्कृताध्वगालोके मनस्यन्यत्र संस्थिते ।
या प्रतीतिरनागसका तच्चिद्ब्रह्मास्मि सर्वगम् ॥ २२ ॥
प्रशान्तसर्वसंकल्पं विगताखिलकौतुकम् ।
विगताशेषसंरंभं चिदात्मानं समाश्रय ॥ २३ ॥
एवं पूर्णधियो धीराः समा नीरागचेतसः ।
न नन्दन्ति न निन्दन्ति जीवितं मरणं तथा ॥ २४ ॥
प्राणोऽयमनिशं ब्रह्मस्पन्दशक्तिः सदागतिः ।
सबाह्याभ्यन्तरे देहेप्राणोऽसावूर्ध्वगः स्थितः ॥ २५ ॥
अपानोऽप्यनिशं ब्रह्मस्पन्दशक्तिः सदागतिः ।
सबाह्याभ्यन्तरे देहे अपानोऽयमवाक्स्थितः ॥ २६ ॥
जाग्रतः स्वपतश्चैव प्राणायामोऽयमुत्तमः ।
प्रवर्तते ह्यभिज्ञस्य तं तावच्छ्रेयसे शृणु ॥ २७ ॥
द्वादशाङ्गुलपर्यन्तं बाह्यमाक्रमतां ततः ।
प्राणाङ्गनामा संस्पर्शो यः स पूरक उच्यते ॥ २८ ॥
अपानश्चन्द्रमा देहमाप्याययति सुव्रत ।
प्राणः सूर्योऽग्निरथ वा पचत्यनत्रिदं वपुः ॥ २९ ॥
प्राणक्षयसमीपस्थमपानोदयकोटिगम् ।
अपानप्राणयोरैक्यं चिदात्मानं समाश्रय ॥ ३० ॥
अपानोऽस्तंगतो यत्र प्राणो नाभ्युदितः क्षणम् ।

कलाकलङ्करहितं तच्चित्तत्त्वं समाश्रय ॥ ३१॥
नापानोऽस्तंगतो यत्र प्राणश्चास्तमुपागतः ।
नासाग्रगमनावर्तं तच्चित्तत्त्वमुपाश्रय ॥ ३२॥
आभासमात्रमेवेदं न सनासज्जगत्त्रयम् ।
इत्यन्यकलनात्यागं सम्यग्ज्ञानं विदुर्बुधाः ॥ ३३॥
आभासमात्रकं ब्रह्मंश्चित्तदर्शकलङ्कितम् ।
ततस्तदपि संत्यज्य निराभासो भवोत्तम ॥३४॥
भयप्रदमकल्याणं धैर्यसर्वस्वहारिणम् ।
मनःपिशाचमुत्सार्य योऽसि सोऽसि स्थिरो भव ॥ ३५॥
चिद्व्योमेव किलास्तीह परापरविवर्जितम् ।
सर्वत्रासंभवच्चैत्यं यत्कल्पान्तेऽवशिष्यते ॥ ३६॥
वाञ्छाक्षणे तु या तुष्टिस्तत्र वाञ्छैव कारणम् ।
तुष्टिस्त्वतुष्टिपर्यन्ता तस्माद्वाञ्छां परित्यज ॥ ३७॥
आशा यातु निराशात्वमभावं यातु भावना ।
अमनस्त्वं मनो यातु तवासङ्गेन जीवतः ॥ ३८॥
वासनारहितैरन्तरिन्द्रियैराहरन्क्रिया ।
न विकारमवाप्नोषि खवत्क्षोभशतैरपि ॥ ३९॥
चित्तोन्मेषनिमेषाभ्यां संसारप्रलयोदयौ ।
वासनाप्राणसंरोधमनुन्मेषं मनः कुरु ॥ ४०॥
प्राणोन्मेषनिमेषाभ्यां संसृतेः प्रलयोदयौ ।
तमभ्यासप्रयोगाभ्यामुन्मेषरहितं कुरु ॥ ४१॥
मौर्ख्योन्मेषनिमेषाभ्यां कर्मणां प्रलयोदयौ ।
तद्विलीनं कुरु बलाद्गुरुशास्त्रार्थसंगमैः ॥ ४२॥
असंवित्स्पन्दमात्रेण याति चित्तमचित्तताम् ।
प्राणानां वा निरोधेन तदेव परमं पदम् ॥ ४३॥
दृश्यदर्शनसंबन्धे यत्सुखं पारमार्थिकम् ।
तदन्तैकान्तसंवित्त्या ब्रह्मदृष्ट्यावलोकय ॥ ४४॥
यत्र नाभ्युदितं चित्तं तद्वै सुखमकृत्रिमम् ।
क्षयातिशयनिर्मुक्तं नोदेति न च शाम्यति ॥ ४५॥
यस्य चित्तं न चित्ताख्यं चित्तं चित्तत्त्वमेव हि ।
तदेव तुर्यावस्थायं तुर्यातीतं भवत्यतः ॥ ४६॥
संन्यस्तसर्वसंकल्पः समः शान्तमना मुनिः ।
संन्यासयोगयुक्तात्मा ज्ञानवान्मोक्षवान्भव ॥ ४७॥
सर्वसंकल्पसंशान्तं प्रशान्तघनवासनम् ।
न किंचिद्भावनाकारं यत्तद्ब्रह्म परं विदुः ॥ ४८॥
सम्यग्ज्ञानावरोधेन नित्यमेकसमाधिना ।

सांख्य एवावबुद्धा ये ते सांख्या योगिनः परे ॥ ४९॥
प्राणाद्यनिलसंशान्तौ युक्त्या ये पदमागताः ।
अनामयमनाद्यन्तं ते स्मृता योगयोगिनः ॥ ५०॥
उपादेयं तु सर्वेषां शातं पदमकृत्रिमम् ।
एकार्थाभ्यसनं प्राणरोधश्चेतः परिक्षयः ॥ ५१॥
एकस्मिन्नेव संसिद्धे संसिद्ध्यन्ति परस्परम् ।
अविनाभाविनी नित्यं जन्तूनां प्राणचेतसी ॥ ५२॥
आधाराधेयवच्चैते एकभावे विनश्यतः ।
कुरुतः स्वविनाशेन कार्यं मोक्षाख्यमुत्तमम् ॥ ५३॥
सर्वमेतद्धिया त्यक्त्वा यदि तिष्ठसि निश्चलः ।
तदाहंकारविलये त्वमेव परमं पदम् ॥ ५४॥
महाचिदेकैवेहास्ति महासत्तेति योच्यते ।
निष्कलंका समा शुद्धा निरहंकाररूपिणी ॥ ५५॥
सकृद्विभाता विमला नित्योदयवती समा ।
सा ब्रह्म परमात्मेति नामभिः परिगीयते ॥ ५६॥
सैवाहमिति निश्चित्य निदाघ कृतकृत्यवान् ।
न भूतं न भविष्यच्च चिन्तयामि कदाचन ॥ ५७॥
दृष्टिमालम्ब्य तिष्ठामि वर्तमानामिहात्मना ।
इदमद्य मया लब्धमिदं प्राप्स्यामि सुन्दरम् ॥ ५८॥
न स्तौमि न च निन्दामि आत्मनोऽन्यन्नहि क्वचित् ।
न तुष्यामि शुभप्राप्तौ न खिद्याम्यशुभागमे ॥ ५९॥
प्रशान्तचापलं वीतशोकमस्तसमीहितम् ।
मनो मम मुने शान्तं तेन जीवाम्यनामयः ॥ ६०॥
अयं बन्धुः परश्चायं ममायमयमन्यकः ।
इति ब्रह्मन्न जानामि संस्पर्शं न ददाम्यहम् ॥ ६१॥
वासनामात्रसंत्यागाज्जरामरणवर्जितम् ।
सवासनं मनो ज्ञानं ज्ञेयं निर्वासनं मनः ॥ ६२॥
चित्ते त्यक्ते लयं याति द्वैतमेतच्च सर्वतः ।
शिष्यते परमं शान्तमेकमगच्छमनामयम् ॥ ६३॥
अनन्तमजमव्यक्तमजरं शान्तमच्युतम् ।
अद्वितीयमनाद्यन्तं यदाद्यमुपलम्भनम् ॥ ६४॥
एकमाद्यन्तरहितं चिन्मात्रममलं ततम् ।
खादप्यतितरां सूक्ष्मं तद्ब्रह्मास्मि न संशयः ॥ ६५॥
दिक्कालाद्यनवच्छिन्नं स्वच्छं नित्योदितं ततम् ।
सर्वार्थमयमेकार्थं चिन्मात्रममलं भव ॥ ६६॥
सर्वमेकमिदं शान्तमादिमध्यान्तवर्जितम् ।

भावाभावमजं सर्वमिति मत्वा सुखी भव ॥ ६७॥
न बद्धोऽस्मि न मुक्तोऽस्मि ब्रह्मैवास्मि निरामयम् ।
द्वैतभावविमुक्तोऽस्मि सच्चिदानन्दलक्षणः ।
एवं भावय यत्नेन जीवन्मुक्तो भविष्यसि ॥ ६८॥
पदार्थवृन्दे देहादिधिया संत्यज्य दूरतः ।
आशीतलान्तःकरणो नित्यमात्मपरो भव ॥ ६९॥
इदं रम्यमिदं नेति बीजं ते दुःखसंततेः ।
तस्मिन्साम्याग्निना दग्धे दुःखस्यावसरः कुतः ॥ ७०॥
शास्त्रसज्जनसंपर्कैः प्रज्ञामादौ विवर्धयेत् ॥ ७१॥
ऋतं सत्यं परं ब्रह्म सर्वसंसारभेषजम् ।
अत्यर्थममलं नित्यमादिमध्यान्तवर्जितम् ॥ ७२॥
तथा स्थूलमनाकाशमसंस्पृश्यमचाक्षुषम् ।
न रसं न च गन्धाख्यमप्रमेयमनूपमम् ॥ ७३॥
आत्मानं सच्चिदानन्दमनन्तं ब्रह्म सुव्रत ।
अहमस्मीत्यभिध्यायेद्ध्येयातीतं विमुक्तये ॥ ७४॥
समाधिः संविदुत्पत्तिः परजीवैकतं प्रति ।
नित्यः सर्वगतो ह्यात्मा कूटस्थो दोषवर्जितः ॥ ७५॥
एकः सन्भिद्यते भ्रान्त्या मायया न स्वरूपतः ।
तस्मादद्वैत एवास्ति न प्रपञ्चो न संसृतिः ॥ ७६॥
यथाकाशो घटाकाशो महाकाश इतीरितः ।
तथा भ्रान्तेर्द्विधा प्रोक्तो ह्यात्मा जीवेश्वरात्मना ॥ ७७॥
यदा मनसि चैतन्यं भाति सर्वत्रगं सदा ।
योगिनोऽव्यवधानेन तदा संपद्यते स्वयम् ॥ ७८॥
यदा सर्वाणि भूतानि स्वात्मन्येव हि पश्यति ।
सर्वभूतेषु चात्मानं ब्रह्म संपद्यते सदा ॥ ७९॥
यदा सर्वाणि भूतानि समाधिस्थो न पश्यति ।
एकीभूतः परेणासौ तदा भवति केवलः ॥ ८०॥
शास्त्रसज्जनसंपर्कवैराग्याभ्यासरूपिणी ।
प्रथमा भूमिकैषोक्ता मुमुक्षुत्वप्रदायिनी ॥ ८१॥
विचारणा द्वितीया स्यात्तृतीया साङ्गभावना ।
विलापिनी चतुर्थी स्याद्वासना विलयात्मिका ॥ ८२॥
शुद्धसंविन्मनानन्दरूपा भवति पञ्चमी ।
अर्धसुप्तप्रबुद्धाभो जीवन्मुक्तोऽत्र तिष्ठति ॥ ८३॥
असंवेदनरूपा च षष्ठी भवति भूमिका ।
आनन्दैकघनाकारा सुषुप्तसदृशी स्थितिः ॥ ८४॥
तुर्यावस्थोपशान्ता सा मुक्तिरेव हि केवला ।

समता स्वच्छता सौम्या सप्तमी भूमिका भवेत् ॥ ८५ ॥
तुर्यातीता तु यावस्था परा निर्वाणरूपिणी ।
सप्तमी सा परा प्रौढा विषयो नैव जीवताम् ॥ ८६ ॥
पूर्वावस्थात्रयं तत्र जाग्रदित्येव संस्थितम् ।
चतुर्थी स्वप्न इत्युक्ता स्वप्नाभं यत्र वै जगत् ॥ ८७ ॥
आनन्दैकघनाकारा सुषुप्ताख्या तु पञ्चमी ।
असंवेदनरूपा तु षष्ठी तुर्यपदाभिधा ॥ ८८ ॥
तुर्यातीतपदावस्था सप्तमी भूमिकोत्तमा ।
मनोवचोभिरग्राह्या स्वप्रकाशसदात्मिका ॥ ८९ ॥
अन्तः प्रत्याहृतिवशाच्चैत्यं चेन्न विभावितम् ।
मुक्त एव न सन्देहो महासमतया तया ॥ ९० ॥
न म्रिये न च जीवामि नाहं सन्नाप्यसन्मयः ।
अहं न किंचिच्चिदिति मत्वा धीरो न शोचति ॥ ९१ ॥
अलेपकोऽहमजरो नीरागः शान्तवासनः ।
निरंशोऽस्मि चिदाकाशमिति मत्वा न शोचति ॥ ९२ ॥
अहंमत्या विरहितः शुद्धो बुद्धोऽजरोऽमरः ।
शान्तः शमसमाभास इति मत्वा न शोचति ॥ ९३ ॥
तृणाग्रेष्वम्बरे भानौ नरनागामरेषु च ।
यत्तिष्ठति तदेवाहमिति मत्वा न शोचति ॥ ९४ ॥
भावनां सर्वभावेभ्यः समुत्सृज्य समुत्थितः ।
अवशिष्टं परं ब्रह्म केवलोऽस्मीति भावय ॥ ९५ ॥
वाचामतीतविषयो विषयाशादशोज्झितः ।
परानन्दरसाक्षुब्धो रमते स्वात्मनात्मनि ॥ ९६ ॥
सर्वकर्मपरित्यागी नित्यतृप्तो निराश्रयः ।
न पुण्येन न पापेन नेतरेण च लिप्यते ॥ ९७ ॥
स्फटिकः प्रतिबिम्बेन यथा नायाति रञ्जनम् ।
तज्ज्ञः कर्मफलेनान्तस्तथा नायाति रञ्जनम् ॥ ९८ ॥
विहरञ्जनतावृन्दे देवकीर्तन पूजनैः ।
खेदाह्लादौ न जानाति प्रतिबिम्बगतैरिव ॥ ९९ ॥
निस्स्तोत्रो निर्विकारश्च पूज्यपूजाविवर्जितः ।
संयुक्तश्च वियुक्तश्च सर्वाचारनयक्रमैः ॥ १०० ॥
तनुं त्यजतु वा तीर्थे श्वपचस्य गृहेऽथ वा ।
ज्ञानसंपत्तिसमये मुक्तोऽसौ विगताशयः ॥ १०१ ॥
संकल्पत्वं हि बन्धस्य कारणं तत्परित्यज ।
मोक्षो भवेदसंकल्पात्तदभ्यासं धिया कुरु ॥ १०२ ॥
सावधानो भव त्वं च ग्राह्यग्राहकसंगमे ।

अजस्रमेव संकल्पदशाः परिहरञ्शनैः ॥ १०३॥
मा भव ग्राह्यभावात्मा ग्राहकात्मा च मा भव ।
भावनामखिलां त्यक्त्वा यच्छिष्टं तन्मयो भव ॥ १०४॥
किंचिच्चेद्रोचते तुभ्यं तद्बद्धोऽसि भवस्थितौ ।
न किंचिद्रोचते चेत्ते तन्मुक्तोऽसि भवस्थितौ ॥ १०५॥
अस्मात्पदार्थनिचयाद्यावत्स्थावरजङ्गमात् ।
तृणादेर्देहपर्यन्तान्मा किंचित्तत्र रोचताम् ॥ १०६॥
अहंभावानहंभावौ त्यक्त्वा सदसती तथा ।
यदसक्तं समं स्वच्छं स्थितं तत्तुर्यमुच्यते ॥ १०७॥
या स्वच्छा समता शान्ता जीवन्मुक्तव्यवस्थितिः ।
साक्ष्यवस्था व्यवहृतौ सा तुर्या कलनोच्यते ॥ १०८॥
नैतज्जाग्रन्न च स्वप्नः संकल्पानामसंभवात् ।
सुषुप्तभावो नाऽप्येतदभावाज्जडतास्थितेः ॥ १०९॥
शान्तसम्यक्प्रबुद्धानां यथास्थितमिदं जगत् ।
विलीनं तुर्यमित्याहुरबुद्धानां स्थितं स्थिरम् ॥ ११०॥
अहंकारकलात्यागे समतायाः समुद्गमे ।
विशरारौ कृते चित्ते तुर्यावस्थोपतिष्ठते ॥ १११॥
सिद्धान्तोऽध्यात्मशास्त्राणां सर्वापह्नव एव हि ।
नाविद्यास्तीह नो माया शान्तं ब्रह्मेदमक्लमम् ॥ ११२॥
शान्त एव चिदाकाशे स्वच्छे शमसमात्मनि ।
समग्रशक्तिखचिते ब्रह्मेति कलिताभिधे ॥ ११३॥
सर्वमेव परित्यज्य महामौनी भवानघ ।
निर्वाणवान्निर्मननः क्षीणचित्तः प्रशान्तधीः ॥ ११४॥
आत्मन्येवास्व शान्तात्मा मूकान्धबधिरोपमः ।
नित्यमन्तर्मुखः स्वच्छः स्वात्मनान्तः प्रपूर्णधीः ॥ ११५॥
जाग्रत्येव सुषुप्तस्थः कुरु कर्माणि वै द्विज ।
अन्तः सर्वपरित्यागी बहिः कुरु यथागतम् ॥ ११६॥
चित्तसत्ता परं दुःखं चित्तत्यागः परं सुखम् ।
अतश्चित्तं चिदाकाशे नय क्षयमवेदनात् ॥ ११७॥
दृष्ट्वा रम्यमरम्यं वा स्थेयं पाषाणवत्सदा ।
एतावतात्मयत्नेन जिता भवति संसृतिः ॥ ११८॥
वेदान्ते परमं गुह्यं पुराकल्पप्रचोदितम् ।
नाप्रशान्ताय दातव्यं न चाशिष्याय वै पुनः ॥ ११९॥
अन्नपूर्णोपनिषदं योऽधीते गुर्वनुग्रहात् ।
स जीवन्मुक्ततां प्राप्य ब्रह्मैव भवति स्वयम् ॥ १२०॥
इत्युपनिषत् ॥ इति पञ्चमोऽध्यायः ॥ ५॥

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः ॥ भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ॥
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवाँसस्तनूभिः ॥ व्यशेम देवहितं यदायुः ॥
स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः ॥ स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥
स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥
इत्यन्नपूर्णोपनिषत्समाप्ता ॥